**Управление по внеучебной работе**

Студенческие творческие коллективы принимают активное участие в мероприятиях университета направленных на формирование здорового образа жизни таких как: корпоративный праздник «День здорового образа жизни», олимпиада по ЗОЖ, церемониях награждения участников спартакиад различного уровня и многих других.

**Танцевальные коллективы:**

1. «Урфин джаз» руководители Долгушева Юлия, Сюткина Анастасия

2. Студия спортивно-бального танца "Dance line» руководители Никитенко Вероника

3. Ансамбль народного танца «Красный яр», руководитель Сюткина Анастасия

4. Ансамбль кавказского народного танца «Молодость Лезгинки», руководитель Алирзаев Эльдар

Структура занятия: Длительность занятия 120 минут. Три раза в неделю.

(Во время постановочной работы перед конкурсами и соревнованиями, количество тренировок увеличивается до 5 раз в неделю.)

**1.** Подготовительная часть (разминка). 10 мин. – Танцевальные движения средней интенсивности, упражнения на растягивание с небольшой амплитудой. В процессе разминки идет подготовка опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной системы организма, осуществляется психологический настрой к предстоящей работе.

**2.** Основная часть. 50 мин. – Разучивание танцевальной связки, используя различные современные танцевальные направления. Движения высокой и средней интенсивности. В конце основной части 5 минут уделяется заминке – танцевальные движения низкой интенсивности, медленные упражнения, в результате которых происходит постепенное снижение ЧСС, восстановления дыхания, подготовка организма к заключительной части занятия.

**3.** Заключительная часть. 60 минут. – Включает в себя упражнения по системе Пилатес и Йога.

**Преимущества танцевальных оздоровительных занятий.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Физические** | **Умственные** | **Эмоциональные** |
| Улучшают состояние сердечно- сосудистой системы. Улучшают выносливость и гибкость мышц. Развивают равновесие. Развивают координацию посредством изолированной работы различных частей корпуса. | Развивают концентрацию внимания. Улучшают память. Развивают музыкальность и чувство ритма. Развивают пространственное восприятие. | Развивают чувство уверенности в себе и повышают самооценку. Вызывают эмоциональную разрядку, снимают стресс и внутреннее напряжение. |

**Охват студентов танцевальными занятиями:**

Лечебный факультет 48 чел.

Педиатрический факультет 28 чел.

МПФФ 3 чел.

Институт стоматологии 7 чел.

ИПО 2 чел.

**Наличие собственных репетиционных баз:**

1. Танцевальные зал (80,5 кв.м);

2. Сцена актового зала КрасГМУ (70,5 кв.м);

3. Сцена актового зала (25 кв.м) фарм колледж.

Участие танцевальных коллективов в городских, региональных, Всероссийских танцевальных конкурсах:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мероприятие** | **Достижение** | **Информация о призерах** |
| II Красноярский региональный фестиваль искусств студентов-медиков и медицинских работников | Лауреат 1 степени  Танцевальный  конкурс, малые формы | Москалева Полина |
| II Красноярский региональный фестиваль искусств студентов-медиков и медицинских работников | Лауреат 2 степени  Танцевальный  конкурс, малые формы | Кононов Дмитрий, Кузьмина Полина |
| II Красноярский региональный фестиваль искусств студентов-медиков и медицинских работников | Лауреат 3 степени  Танцевальный  конкурс, малые формы | Сюткина Анастасия, Трофимова Ревекка, Добросердова Анна |
| II Красноярский региональный фестиваль искусств студентов-медиков и медицинских работников | Лауреат 1 степени  Танцевальный  конкурс, ансамбли | Ансамбль кавказского танца «Молодость лезгинки» |
| II Красноярский региональный фестиваль искусств студентов-медиков и медицинских работников | Лауреат 2 степени  Танцевальный  конкурс, ансамбли | Танцевальный коллектив «Урфин джаз» |
| II Красноярский региональный фестиваль искусств студентов-медиков и медицинских работников | Лауреат 3 степени  Танцевальный  конкурс, ансамбли | Студия спортивно-бального танца «Dance Line» |
| Региональный этап всероссийского фестиваля студенческого творчества «Студенческая весна» | Лауреат 2 степени, в номинации спортивный танец. ансамбли | Ансамбль спортивно – бального танца «Dance Line» |
| Региональный этап всероссийского фестиваля студенческого творчества «Студенческая весна» | Лауреат 3 степени, номинация современный танец ансамбли | Танцевальный коллектив «Урфин Джаз» |
| Региональный этап всероссийского фестиваля студенческого творчества «Студенческая весна» | Лауреат 3 степени, в номинации народный танец. ансамбли | Ансамбль кавказского танца «Молодость лезгинки» |
| XII Международный фестиваль искусств студентов-медиков и медицинских работников, г. Рязань | Лауреат 2 степени, танцевальный конкурс, в номинации народный танец. ансамбли | Ансамбль кавказского танца «Молодость лезгинки» |
| Всероссийский конкурс-фестиваль «Результат» | Дипломант 1 степени, танцевальный конкурс, ансамбли | Танцевальный коллектив «Урфин Джаз» |
| Всероссийский конкурс-фестиваль «Результат» | Дипломант 2 степени, танцевальный конкурс, , малые формы | Танцевальный коллектив «Урфин Джаз» |